

İLETİŞİM

VE

SEVGİ

BENİM ARKA BAHÇEM

BENİM ARKA BAHÇEM SONBAHARA YENİ GİRMİŞ, KURU... HER ZAMANKİ GİBİ GEÇEN BİR HAYAT KENDİME KARŞI HİÇBİR ŞEY HİSSETMİYORUM. NE BİR GÜVEN NE DE BİR SEVGİ. BEN KİŞİLİKSİZ BİR İNSANIM. ÇEVREMDEKİ DOSTLARIMI SEVMEM İÇİN ÖNCE KENDİMİ SEVMEM GEREKİYOR.

ACABA BENİM DOSTLUKLARIM SAHTE DOSTLUKLAR MI? EĞER GERÇEK DEĞİLSE BUNA ASLA DAYANAMAM !



BEN ÇOK İÇİNE KAPANIK BİRİYİM . BENCE BUNUN TEK SEBEBİ DE ANNEM! BANA ÇOCUKLUĞUMDAN BERİ **SEVGİYLE** BAKTI BÜYÜTTÜ AMA DERTLERİMİ HİÇ ANLAMADI. BELKİ DE ANLAMAK İSTEMEDİ. **“KÜÇÜK BİR ÇOCUĞUN NE KADAR DERDİ OLABİLİR”** DİYE DÜŞÜNDÜ! AMA ÇOK HATA YAPTI. ŞİMDİ İSE ONA HİÇ ANLATAMIYORUM. ÇÜNKÜ BENİ **GENE ANLAMAYACAK.**

YILLAR GEÇTİKÇE BÜYÜYORUM, DAHA DA OLGUNLAŞIYORUM. BAZI ARKADAŞLIK SORUNLARIM , GENÇLİK SORUNLARIM OLACAK. ONA NASIL AÇILACAĞIMI BİLMİYORUM.

KARŞIMA BİR AYNA ALIP DERTLERİMİN HEPSİNİ ONA ANLATACAĞIM.

DAVRANIŞ PENCERESİ

~~GENELDE İLETİŞİMİN 12
ENGELİ KULLANILIR.~~

SORUN
GENÇTE

ETKİN DİNLEME

SORUN YOK

~~“SEN DİLİ”~~

SORUN
EBEVEYNDE

BEN DİLİ

İLETİŞİMİN 12 ENGELİ

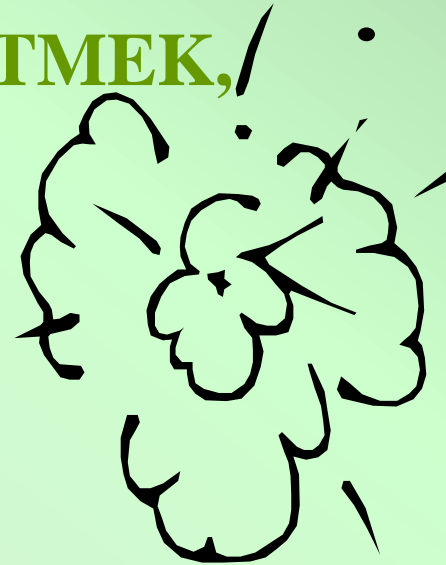
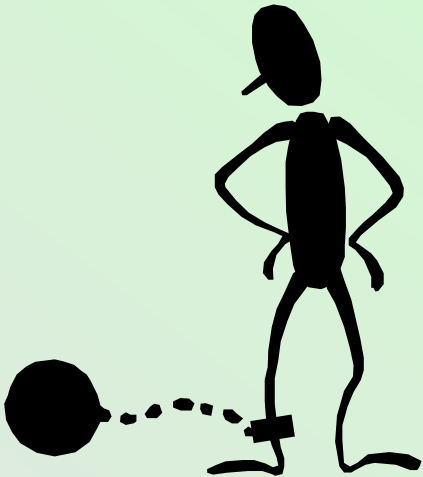
ÖĞRENCİNİN SORUNUNA ÇÖZÜM ÖNEREN ENGELLER



- EMİR VERMEK, YÖNLENDİRMEK
- UYARMAK-GÖZDAĞI VERMEK
- AHLAK DERSİ VERMEK
- ÖĞÜT VERMEK-ÇÖZÜM VE ÖNERİ GETİRMEK
- ÖĞRETMEK-NUTUK ÇEKMEK-MANTIKLI DÜŞÜNCELER ÖNERMEK

ÖĞRENCİNİN YANLIŞLARINI YETERSİZLİKLERİNİ YÜZLERİNE VURAN ENGELLER.

- YARGILAMAK, ELEŞTİRMEK, SUÇLAMAK
- AD TAKMAK, ALAY ETMEK
- YORUMLAMAK, ANALİZ ETMEK,
TANI KOYMAK



SORUNU YADSIYAN ENGELLER

- ÖVMEK, AYNI DÜŞÜNCEDE OLMAK OLUMLU DEĞERLENDİRME YAPMAK**
- GÜVEN VERMEK - DESTEKLEMEK AVUTMAK-DUYGULARINI PAYLAŞMAK**

KİŞİYİ SAVUNMAYA İTEN ENGELLER

- SORU SORMAK - SINAMAK
- SORGUYA ÇEKMEK
- ÇAPRAZ SORGULAMAK



İLGİLENMEMEK İÇİN KULLANILAN ENGELLER

- SÖZÜNDEN DÖNMEK
OYALAMAK , ALAY ETMEK ,
ŞAKACI DAVRANMAK,
KONUYU SAPTIRMAK



İLETİŞİMİN 12 ENGELİ YERİNE

ETKİN
DİNLEME



Etkin dinleme için gereken tavırlar

- Gencin söylediğini duymak **istemelisiniz**
- O andaki sorununa yardımcı olmayı gerçekten **istemelisiniz.**
- **Onun duygularını** gerçekten kabul etmelisiniz
- Duyguların sürekli değil **geçici** olduğunu anlamalısınız
- Gencin yaşamını sizin verdiğiniz ama sizden **ayrı** bir birey olarak görebilmelisiniz

ETKİN DİNLEME NASIL YAPILIR ?

- GÖZ İLETİŞİMİ
- BAŞ SALLAMA , “HİM HİM...EVET SENİ ANLIYORUM”
- BEDENİN DİNLER DURUMA GEÇMESİ
- KAPI ARALAYICI SORULAR
(CESARETLENDİRMEK İÇİN)
- ANLATILANLARDAN NE ANLADIĞIMIZI
KARŞI TARAFA İLETMEK. (GERİ BİLDİRİM)

ETKİN DİNLEMENİN FAYDALARI

- Olumsuz duyguların boşalmasını sağlar,
- Olumsuz duygularından korkmamalarını sağlar,
- Ebeveyn ve genç arasında sıcak bir ilişki geliştirir,
- Genç sorunlarının çözülmesini kolaylaştırır,
- Topu gençte bırakır.



ETKİN DİNLEMEDE KULLANIMINDA YAPILAN HATALAR

- Çocukları rehberlikle etkilemek,
- Papağanlaşan ana – baba,
- Empatisiz dinlemek,
- Yanlış zamanlarda etkin dinlemek.



**BİZ BİR SORUN YAŞADIĞIMIZDA BUNU
KARŞI TARAFA NASIL İLETMELİYİZ?**

SEN DİLİ

BEN DİLİ



SEN DİLİ MESAJLARI

- Yemeğini bitir diye daha kaç kez söyleyeceğim.
- Her zaman şu masayı dağınık bırakırsın.
- Ne zaman sana eşyalarını topla demeyeceğim.
- Senin dikkatsizliğinden yine her şey mahvoldu.
- Devamlı itirazlarınla insanı bıktırıyorsun.

SEN DİLİ



SEN DİLİ

- SEN İLETİLERİ ÖĞRENCİYİ OLUMSUZ YARGILAYAN
- ÖĞRENCİYİ SAVUNMAYA İTER.

BEN DİLİ

- BEN İLETİLERİ İSE ÖĞRETMENİN SORUN KARŞISINDAKİ DUYGULARINI DİLE GETİREN İLETİLERDİR.
- ÖĞRENCİYİ DAHA AZ SAVUNMAYA İTER.

SEN DİLİ

- OLUMLU DAVRANIŞ DEĞİŞİKLİĞİ YARATMAZ.
- ÖĞRENCİNİN KENDİSİNE YÖNELİKTİR.
- DUYGULARINI TANIYAMAZ VE İSİMLENDİREMEZ.

BEN DİLİ

- KALICI BİR DAVRANIŞ DEĞİŞİKLİĞİ YARATIR.
- ÖĞRENCİYE DEĞİL ONUN BELLİ **BİR DAVRANIŞINA** YÖNELİKTİR.
- ÖĞRENCİ DUYGULARINI TANIR VE İSİMLENDİRİR.

BİR BEN DİLİ CÜMLESİNDE

DAVRANIŞIN TANIMI

BİZE OLAN SOMUT ETKİSİ

DUYGUMUZ OLMALIDIR.

YAŞADIĞIMIZ DUYGULARIN
DIŞAVURUMU GENELDE

KIZGINLIK

ŞEKLİNDEDİR

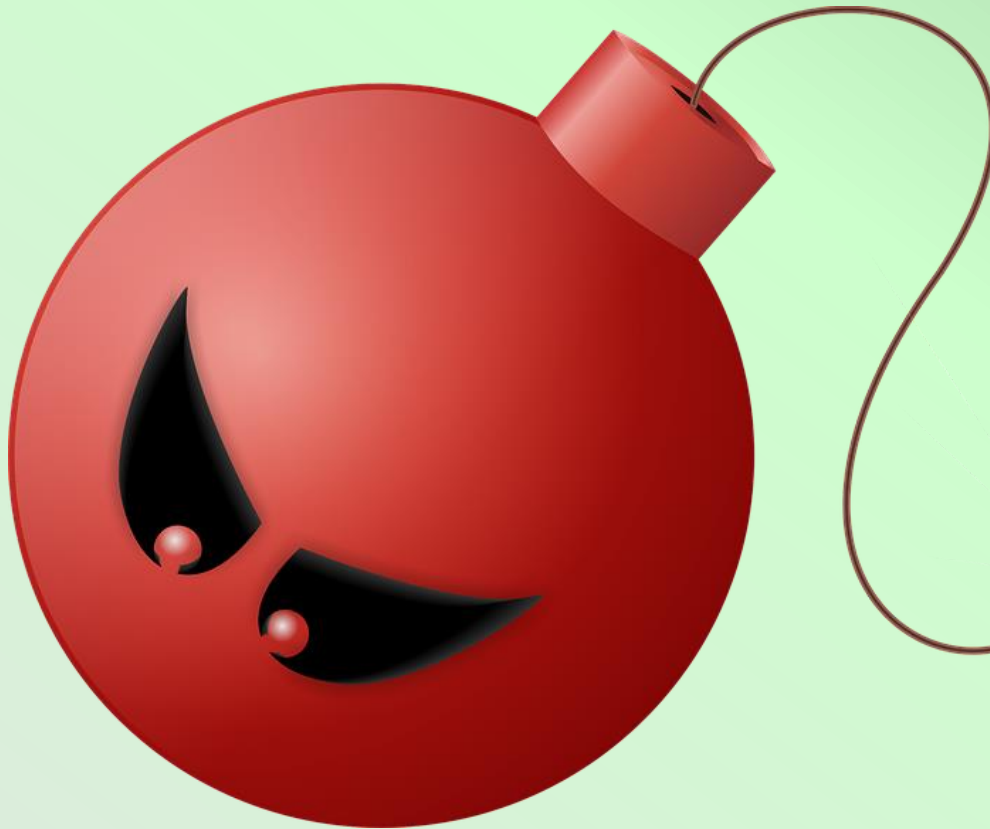


KIZGINLIK

**DUYGUSU BUZ DAĞININ
ÜSTÜNDEKİ GÖRÜNEN
KISIMDIR**

**BUZ DAĞININ
ALTI İSE
YAŞANAN AMA
İFADE
EDİLMİYEN
DUYGULARDIR.**

YAŞANAN TEMEL DUYGULAR



ÖNEMSENME

KISKANÇLIK

DEĞERSİZLİK

YALNIZLIK

ÇARESİZLİK

GÜVENSİZLİK

.....

BEN İLETİLERİ NEDEN DAHA ETKİLİDİR ?

- Ben iletilerini gönderen öğretmen **kendi duygularının bilincinde olmak** için önce kendini dinleme ve duygularını tüm açıklığıyla çocuğuyla ile paylaşma yükümlülüğünü taşır.
- Ben iletisi **davranışının sorumluluğunu** çocukta bırakır. Aynı zamanda **ben iletileri** sen iletileri ile birlikte gelen **olumsuz etkileri içermez** ve çocuğu kızgın , kinli , hırçın değil , yardımcı ve düşünceli olmada özgür bırakır.

BEN iletileri etkin bir yüzleşme için üç önemli noktayı içerir.

- **Gencin davranışını değiştirme olasılığı yüksektir.**
- **Genç ile ilgili çok az olumsuz değerlendirme içerir.**
- **İletişimi zedelemmez.**

EBEVEYN

ÖĞRENCİ

RAHATSIZLIK

k
o
d
l
a
m
a



**Terbiyesizlik
ediyorsun.**

ç
ö
z
ü
m
l
e
m
e

Benim kötü
olduğumu
düşünüyor.

Sen dili

EBEVEYN

ÖĞRENCİ



k
o
d
l
a
m
a



ç
ö
z
ü
m
l
e
m
e

ÇOK
ENDİŞELEN
DİM



BEN DİLİ

SÖZSÜZ İLETİŞİM

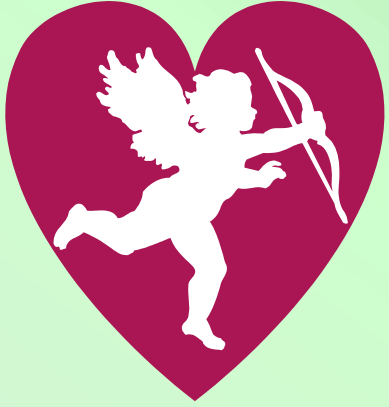
İLETİŞİMDE %60 ETKİLİDİR
DUYGULARI ANLATIR



KİŞİLER ARASI MESAFE BİLE BİR
ANLAM TAŞIR

**BEDENİN DURUŞU , JESTLER VE
GÖZ İLETİŞİMİ İLETİŞİMDE
ÖNEMLİ ROL OYNAR.**

**DOKUNMA İSE GEREKLİ VE
VARLIĞIN ONANMASIDIR.**



İLETİŞİM VE SEVGİ

**SEVGİ ; İNSANIN ÖNEMLİ
GEREKSİNİMLERİNDEN BİRİDİR.**

**İNSAN SEVMEDİĞİ , SEVİLMEDİĞİ
ORTAMLARDA ÇOK ACI ÇEKER. BU GİBİ
DURUMLARDA PEK ÇOK İSTENMEDİK
DAVRANIŞ GÖSTEREBİLİR.**

MASLOW'UN İHTİYAÇLAR HİYERARŞİSİ KURAMI



SEVGİ

TUTARLI BİLGİYE DAYALI

ÇOĞULCU - DEMOKRATİK

**ÖZGÜR BİR ORTAMDA BOY VERİP
GELİŞEBİLİR.**

SEVGİ

BİLGİ VE DUYGUNUN İNCELMESİ

TUTARLI OLMASI

VE ZENGİNLEŞMESİDİR.

SEVGİDE

HEM BEN

HEM SEN

HEM DE BİZ

VARIZ.



**İNSAN NE ZAMAN İNSANDIR?
EN GÜÇSÜZ YANLARINI SERGİLEDİĞİNDE**

**İKİ İNSAN ARASINDA DİYALOĞ NE ZAMAN
KURULUR?**

**BİR İNSAN EN GÜÇSÜZ YANLARINI SERGİLEYİP
ÖNEKİ DE ONU ANLADIĞINDA**

**BİR İNSAN NE ZAMAN SEVMEMEYE BAŞLAR?
KARŞISINDAKİ DE ONU SEVMEMEYE BAŞLAYINCA**

**SEVGİ NE ZAMAN BİTER?
HİÇBİR ZAMAN**

**PEKİ İNSAN NE ZAMAN BİTER
ARTIK SEVMEDİĞİNDE**

TURGAY FİŞEKÇİ